



Mit dem Hund zum Training in den Bergen unterwegs.

HOFFNUNG AUF SPITZENPLÄTZE

Die Saison der Snowboarderinnen beginnt
für Sophie Hediger in Frankreich

Von Jürgen Pfister

Eine Snowboarderin mit enger Bindung zu Arosa: Sophie Hediger. Zwar wohnt sie selbst in Horgen, doch leben nicht nur ihre Eltern Corinne und Franz Hediger hier, sondern sie kommt auch selbst schon seit ihrer Kindheit zum Skifahren und Snowboarden ins Schanfigg. Von den vergangenen Olympischen Spielen in China hat die sympathische Sportlerin etwas «Handfestes» mitgebracht: ein Olympisches Diplom. Diese Auszeichnung erhalten Teilnehmer an Olympischen Spielen, welche sich auf den Rängen 4 bis 8 platziert haben. Und genau das ist der «min-

destens 50-Prozent-Aroserin» gelungen. Und zwar im Snowboardcross-Teamwettbewerb zusammen mit ihrem Kollegen Kalle Koblet.

Von Winter und Kälte war sie schon von klein auf begeistert. «Mit etwas mehr als zwei Jahren stand ich das erste Mal auf den Skis.» Doch schon nach wenigen Skisaisons wechselte Sophie aufs Snowboard. «Weil das Snowboarden für mich faszinierend und um einiges vielseitiger ist, als das Skifahren.» Und als sie 2006 die Olympischen Spiele in Turin am Fernsehen verfolgte, packte sie das Snowbo-



Sophie Hediger war viel in den Bergen unterwegs.

ardcross sofort. An den Youth Olympic Games im Februar 2016 holte Sophie Hediger Silber und 2018 stand sie als Dritte auf dem Podest an der Junioren-WM in Neuseeland. In der Saison 2018/19 setzte sie sich mit einem dritten Rang im Gesamt-Europacup in der Elite durch und schaffte schliesslich 2019 den Sprung ins A-Kader.



Schweisstreibende Arbeit während der Vorbereitung.

Und nun steht die nächste Herausforderung auf dem Programm: der Auftakt im Weltcup am 2./3. Dezember im französischen Les Deux Alpes. Die Saisonvorbereitung war für Sophie Hediger nach eigenen Worten mehr als zufriedenstellend. «Ich trainiere neu seit Mai im Athletikzentrum OYM in Cham und gehöre - zusammen mit vier Ski Alpin-Fahrerinnen und Ski Alpin-Fahrern - zum OYM-Academy Team. Im Sportzentrum OYM («On your Marks» - Auf die Plätze) sollen die besten Sportler der Schweiz ihr Maximum erreichen. Auf fünf Stockwerken und insgesamt 30000 Quadratmetern finden sich eine Eishockeyhalle, eine Fitnessanlage mit 300 Geräten sowie alles rund um Gesundheitsmanagement, Ernährung und Forschung für Sportler.

«Auf den Schnee ging es dieses Jahr erst im August. Da die Verhältnisse auf dem Gletscher nicht gut waren und der Gletscher teilweise sogar geschlossen blieb, flogen wir nach Chile, um uns dort auf die kommende Saison vorzubereiten», erläutert die Sportlerin. Im September begann Sophie zudem ihr Multimedia Production Studium in Chur. «Mein Terminkalender ist voll, aber ich fühle mich so fit wie noch nie und bin bereit für die ersten Wettkämpfe», sagt die 23jährige. Was erwartet sich Sophie Hediger nun vom Saisonauftakt? «Ich erwarte ein solides erstes Rennen im Weltcup. Das Ziel ist, mich für die Finals zu qualifizieren und anschließend in den Finals alles zu geben, sodass ich



Krafttraining gehört zur Vorbereitung.

Bilder zVg

das bestmögliche Resultat herausfahren kann.» Die Hoffnungen für diese Saison sind also klar abgesteckt: «In diesem Winter sind Weltmeisterschaften in Georgien. Diese sind bestimmt das Highlight dieser Saison und ich hoffe auf ein möglichst gutes Resultat und dass ich genau an diesen Tagen meine Bestleistung abrufen kann. Zudem möchte ich im Weltcup einen Schritt nach vorne ma-

chen und mehrere Top-10-Platzierungen herausfahren.» Und auch eine olympische Medaille steht ja noch auf dem Wunschzettel. Das kann ja durchaus noch klappen, bei der nächsten Austragung, die 2026 in Mailand/Cortina d'Ampezzo stattfindet, sprich fast vor der Haustür im südlichen Nachbarland der Schweiz. «Das ist definitiv mein Ziel», verrät Sophie Hediger zum Schluss noch.